

Lass uns doch mal richtig (!) streiten!

Wie Kommunikation in Partnerschaft und Familie gelingt



Workshop

kurz und knapp

Wer? alle Interessierten, im Alter von 15-115, gerne mit eigenen Themen

Wie? Vortrag und Selbsterfahrung durch angeleitete Übungen

Was? Workshop

Wo? Yogahaus mit-ananda, Reikersdorf 11, 4963 Reikersdorf (St. Peter am Hart)

Wann? So., 17.3.2019, 09:00-13:00 Uhr und Sa., 13.04.2019, 09:00-13:00 Uhr

Warum? Weil du dich und deine Partnerschaft/Familie stärken willst

Wie viel? 40€/Tag, inklusive Getränke und Pausen-Snacks

Die Termine sind auch unabhängig voneinander buchbar, unter

office@engelbutzeder-coaching.at

oder +43 699 15 51 50 54

Engelbutzeder-Coaching



Mag.^a Mitzi
Engelbutzeder MA MA

Nörgelst, schimpfst, jammerst, mahnst oder schreist du noch? Und hast hinterher ein schlechtes Gewissen und es tut dir leid? Oder beschleicht dich in solchen Situationen das Gefühl ein/e schlechte/r Lebensgefährte/in oder Vater/Mutter zu sein? Oder respektierst, unterstützt, verstehst, ermutigst oder vermittelst du schon?

Wenn der Wunsch nach einem wertschätzenden Miteinander in Partnerschaft und/oder Familie in dir erwächst, dann sei bei diesem Workshop dabei.

- Dramen im Vorfeld aus dem Weg gehen - wie geht das?
- achtsames Zuhören und Hinhören einsetzen
- Beobachtung von Interpretation trennen lernen
- Auswege aus der „Ja, aber ...“-Schleife finden
- Jains (Jas/Neins) erkennen und damit umgehen
- Reframing (Gedanken, Gefühle, Ereignisse ... in einem anderen Zusammenhang sehen)
- und vieles mehr

Wenn du magst, dann bring gerne auch deine ganz persönlichen Themen in den Workshop ein!



Komm allein oder mit Partner/in, Kind/ern (im jugendlichen Alter), Schwiegermutter/-vater, Großeltern oder Freunden/innen - ich freu mich auf dich! Mitzi